

9月21日(木)

今日の献立は ご飯 メルルーサのホイル焼き キャベツオイル漬け 豚汁 牛乳です。

メルルーサという名前はあまり聞いたことがないと思いますが、のり弁当に入っている白身魚や、

ハンバーガーショップのフィッシュバーガーはほとんどがメルルーサを揚げたものです。

他にもちくわやさつま揚げの材料にも使われています。

案外皆さんの身近にある魚です。

☆ 魚には骨があります。しっかりかんでゆっくり食べてください☆

